



**SAVONIA**

■ OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO  
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

# OLEN OMA VAUVASI

Kokemuksia Vahvuutta vanhemmuuteen  
-perheryhmätoiminnasta

TEKIJÄT: Anja Heinonen  
Mari Kettunen



Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma			
Työn tekijät Anja Heinonen ja Mari Kettunen			
Työn nimi Olen oma vauvasi – Kokemuksia Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminnasta			
Päiväys	19.11.2014	Sivumäärä/Liitteet	30/5
Ohjaajat Arja Pesola ja Marjaana Tuovinen			
Toimeksiantaja Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä			
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa toimeksiantajalle, Ylä-Savon SOTE kuntayhtymälle, tietoa Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien kokemuksista perheryhmätoiminnasta. Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmätoiminta on osa Mannerheimin Lastensuojelu Liiton Vahvuutta vanhemmuuteen -hankkeen toimintaa. Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä järjestää Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaa Iisalmen alueella. Opinnäytetyössä tutkittiin Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaa Iisalmen kaupungissa. Opinnäytetyössä selvitettiin miten ryhmätoimintaan osallistuneet vanhemmat kokivat perheryhmätoiminnan osana vanhemmuuttaan ja vuorovaikutussuhdettaan lapsensa kanssa. Vanhempien kokemuksia selvitettiin myös ryhmänohjaajien näkökulmasta.</p> <p>Opinnäytetyö oli kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Tutkimusmenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Tutkimuksessa selvitettiin perheryhmään osallistuneiden vanhempien sekä ryhmänohjaajien kokemuksia perheryhmätoiminnasta haastatteleamalla kahta Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaan osallistunutta vanhempaa ja kahta ryhmänohjaajaa.</p> <p>Opinnäytetyö tuotti paikallistietoa vanhempien kokemuksista hankkeessa toimiville. Tutkimuksen tuloksista kävi ilmi, että Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaan osallistuneilla vanhemmilla on reflektiivistä kykyä. Oma toimintaa vanhempana suhteessa lapseen osattiin kuvailla. Ryhmänohjaajien ja vanhempien näkemykset perheryhmätoiminnasta olivat lähes yhteneväiset. Perheryhmätoiminta koettiin positiivisena kokemuksena. Vanhempien kehittämisestä perheryhmätoiminnan aikana oli erilaisia näkemyksiä. Toiminta koettiin sopivana ensivanhemmille. Vertaistuki koettiin tärkeänä. Perheryhmätoimintaan osallistuttiin aktiivisesti ja keskustelua heräsi erityisesti omasta lapsuudesta.</p> <p>Opinnäytetyön jatkotutkimuksena voisi toteuttaa esimerkiksi alueellisen kvantitatiivisen tutkimuksen perheryhmätoiminnasta tai toisen kvalitatiivisen tutkimuksen uudesta perheryhmästä Iisalmen alueella. Opinnäytetyön aiheeseen liittyen voisi toteuttaa jatkotutkimuksia eri näkökulmista. Näkökulma voisi olla esimerkiksi kuinka ryhmänohjaajat kokivat Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminnan toteuttamisen ja aiheeseen perehdyttävän koulutuksen.</p>			
<p>Avainsanat</p> <p>Vanhemmuus, reflektiivisyys, varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde</p>			

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Authors Anja Heinonen and Mari Kettunen			
Title of Thesis I'm your baby – Experiences from Strength to Parenthood groups			
Date	19.11.2014	Pages/Appendices	30/5
Supervisors Arja Pesola and Marjaana Tuovinen			
Client Organisation Ylä-Savon SOTE Joint Municipal Authority in Social and Health Care			
<p>Abstract</p> <p>This thesis provides information to the client organization, Ylä-Savon SOTE Joint Municipal Authority in Social and Health care, about experiences that parents had when taking part in Strength to Parenthood groups. Groups are part of the Strength to Parenthood project which is organised by Mannerheim League for Child Welfare. Ylä-Savon SOTE Joint Municipal Authority in Social and Health care organizes Strength to Parenthood groups in Iisalmi city. The subject of this thesis was to find out about the experiences of Strength to Parenthood groups in Iisalmi city. The purpose was to study how parents experienced the groups as part of their parenthood and relationship with their babies. Experiences were also studied from group leaders point of view.</p> <p>This thesis was qualitative research. The data for this research was collected by interviewing two parents and two group leaders. The research was about finding out parents' and group leaders' experiences about the groups.</p> <p>This thesis provided local information about the groups to authors who are working with the Strength to Parenthood project. The results of this research reveal that parents who took part in the groups have skills to a reflective approach. One's own behaviour as a parent was described clearly. The experiences of group leaders and parents were almost similar. Strength to Parenthood groups were experienced positively. There were different points of views whether parents developed during group meetings or not. The groups were seen suitable to parents who had their first baby. Peer support was important. Parents took part in the group actively, and especially their own childhood raised a lot of conversations.</p> <p>A topic for further research could be for example a local quantitative research of experiences from Strength to Parenthood groups or another qualitative research of a new group in Iisalmi city. Further researches could be executed from different point of views. The viewpoint could be for example how the group leaders experienced the execution of Strength to Parenthood groups and training related to it.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Parenthood, reflective approach, early parent-infant interaction, attachment theory</p>			

# SISÄLTÖ

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO .....	6
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET .....	8
3	MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITON KVANTITATIIVINEN TUTKIMUS .....	9
4	VANHEMMUUS JA VUOROVAIKUTUS .....	10
4.1	Varhainen vuorovaikutus .....	11
4.2	Kiintymyssuhde.....	12
4.3	Reflektiivisyys .....	14
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	16
5.1	Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminta .....	16
5.2	Kvalitatiivinen tutkimus .....	18
5.3	Aineistonkeruumenetelmä .....	19
5.4	Haastatteluaineiston analysointi .....	20
5.5	Tutkimuksen eettisyys.....	20
5.6	Tutkimuksen luotettavuus .....	21
6	TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	23
6.1	Vanhemmuuden kokeminen ja varhainen vuorovaikutus.....	23
6.2	Kokemukset perheryhmätoiminnasta.....	24
7	POHDINTA.....	26
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT .....	28
	LIITE 1: SAATEKIRJE VAHVUUTTA VANHEMMUUTEEN -PERHERYHMÄTOIMINTAAN OSALLISTUNEILLE VANHEMMILLE .....	31
	LIITE 2: TEEMAHAASTATTELURUNKO VANHEMMILLE .....	32
	LIITE 3: TEEMAHAASTATTELURUNKO RYHMÄNOHJAAJILLE.....	33
	LIITE 4: AINEISTON ABSTRAHOINTITÄULUKKO VANHEMMUUDEN KOKEMISESTA JA VUOROVAIKUTUKSESTA .....	34
	LIITE 5: AINEISTON ABSTRAHOINTITÄULUKKO TOIMINTAAN OSALLISTUMISESTA.....	35

# 1 JOHDANTO

Useiden tutkijoiden mukaan ihmisen tunne-elämä ja sosiaalisen kanssakäymisen alkeet muotoutuvat ensimmäisen kolmen elinvuoden aikana. Helsingin Sanomien haastattelussa (2013) lastenneurologian professori Helena Pihko kertoo vauvan nähdessä äitinsä kasvot, hänen aivoissaan syntyvä mielihyvää tuottavia välittäjäaineita. Nämä välittäjäaineet vahvistavat vauvan stressinsietokykyä. Varhaisen hoivan puuttuminen aiheuttaa kehityksen häiriöitä. Varhaiset kokemukset jäävät siis ihmisen mieleen ja kehoon ihmissuhdemalleina ja tapoina, joita voi olla vaikea muuttaa tai korjata myöhemmin. Varhaiset suhteet vanhempiin luovat perusuottamuksen, joka on pohja itseluottamukselle sekä kehittyvälle itsetunnon ja persoonallisuudelle. Vanhemmuuden haasteena on antaa vauvalle hoivaa ja huolenpitoa sekä vastavuoroista vuorovaikutusta. (Rönkkö ja Rytönen 2010, 129 - 131.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on kansalaisjärjestö, joka perustettiin vuonna 1920. Järjestön toiminta on valtakunnallista ja poliittisesti sekä uskonnollisesti sitoutumatonta. Tavoitteena on tukea lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Mannerheimin lastensuojeluliitolla on puhelin- ja Internet-tukipalveluita, kouluyhteistyötä sekä lapsi- ja perhetoimintaa. Lapsi- ja perhetoimintaan kuuluvat perhekahvilat, vertaistukiryhmät, tapahtumat ja harrastekerhot. Yksi lapsi- ja perhetoiminnan muoto on Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmät. (MLL 2014.)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vahvuutta vanhemmuuteen -hanke on valtakunnallinen. Hankkeen tavoitteena on kehittää perheryhmämalli, joka vahvistaa perheiden psykososiaalista tukea ja soveltuu suomalaiseen palvelujärjestelmään. Mannerheimin Lastensuojeluliitto kehittää Vahvuutta vanhemmuuteen -hankkeen toimintamallia yhteistyössä Folkhälsanin kanssa. Hanketta toteutetaan Raha-automaattiyhdistyksen taloudellisella tuella vuosina 2010–2014. Yhteistyökumppaneita ovat myös Ensi- ja turvakotien liitto sekä Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, THL. Vahvuutta vanhemmuuteen -toimintamallin perustana on Yalen yliopiston Child Study Centerissä kehitetty Parents First -menetelmä. (Folkhälsan 2012; MLL 2012, 5; MLL 2013; Viinikka 2012.)

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmämallin tavoitteina on vahvistaa vanhempien havainnointitaitoa suhteessa lapseen ja lapsen tarpeisiin sekä vahvistaa vanhempien ja lapsen välistä vuorovaikutusta. Perheryhmämallin tavoitteena on myös tukea tasavertaista vanhemmuutta, perhettä sekä vanhempien parisuhdetta uuden perheenjäsenen syntyessä. Parisuhteen tukemisen lisäksi vanhempia autetaan kehittämään keskinäistä tukea. (MLL 2013.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto järjestää Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmiä yli 70 kumppanuuskunnan kanssa. Ylä-Savon alueella perheryhmiä toteutetaan yhteistyössä Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän kanssa. Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä tarjoaa sosiaali- ja terveyspalveluja Ylä-Savon alueella. Ylä-Savon SOTE kuntayhtymään kuuluvat Iisalmi, Kiuruvesi, Sonkajärvi ja Vieremä. Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän tarjoamat palvelut ovat monimuotoisia. Sosiaalipalveluita järjestää kuntayhtymän lisäksi kunta, järjestöt ja yksityinen sektori. Perusterveydenhuolto, erikoissairaanhoido, ympäristöterveydenhuolto ja päihde- ja mielenterveystyö järjestetään Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän

män toimesta. Vahvuutta vanhemmuuteen- perheryhmämallia kehitetään Ylä-Savon alueella perhevalmennuksen jatkoksi. (Iisalmen kaupunki 2014; MLL 2013; Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä 2014.)

Opinnäytetyömme tavoitteena on tuottaa tietoa vanhempien kokemuksista Iisalmen alueen Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminnasta. Kokemuksia selvitettiin teemahaastattelemalla perheryhmiin osallistuneita vanhempia sekä ryhmänohjaajia. Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ja aineistonkeruumenetelmänä on teemahaastattelu. Vaikka Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminnan kehittäjä on Mannerheimin Lastensuojeluliitto, on toimeksiantajamme Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä. Toimeksiantajamme on Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä, koska Iisalmessa perheryhmätoimintaa ohjasivat Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän terveydenhoitajat.

Suuntaudumme molemmat varhaiskasvatukseen, joka vaikutti opinnäytetyön aiheen valintaan. Vanhemmuus ja varhaiset ikävuodet ovat aiheena merkittäviä varhaiskasvatuksessa työskennellessä. Ihmisen ensimmäiset elinvuodet ja varhainen vuorovaikutus vaikuttaa ihmiseen läpi elämän. Sosiaalialalla asiakkaina olevien perheiden ymmärtämiseksi on tärkeää tiedostaa ensimmäisinä elinvuosina tapahtuvan vuorovaikutuksen merkitys ihmisen myöhemmille ihmissuhteille ja minuudelle.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kerätä tietoa Vahvuutta vanhemmuuteen - perheryhmätoiminnasta vanhempien ja ryhmänohjaajien näkökulmasta. Tuotimme tietoa kvalitatiivisin tutkimusmenetelmin perheryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien kokemuksista toimeksiantajallemme, Ylä-Savon SOTE kuntayhtymälle. Opinnäytetyöstämme toimeksiantajamme sai paikallistason tietoa perheryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien kokemuksista.

Aineistonkeruumenetelmänä opinnäytetyössämme käytimme teemahaastattelua. Tarkoituksenamme oli teemahaastatella kuutta perheryhmätoimintaan osallistunutta vanhempaa. Kuitenkin saimme haastateltavaksi vain kaksi vanhempaa, jolloin päädyimme haastattelemaan myös perheryhmätoiminnanohjaajia. Ryhmänohjaajilta pyrimme saamaan tietoa heidän näkemyksistään siitä, millainen kokemus perheryhmätoiminta oli vanhemmille.

Teemahaastattelun toteutuksen jälkeen litteroimme saadun aineiston. Aineiston litteroinnin jälkeen siirryimme aineiston abstrahointiin. Abstrahoinnissa tuotettuja abstrahointitaulukoita käytämme aineiston teemoitteluun ja tulosten kirjoittamiseen.

Opinnäytetyömme tavoitteena on tuottaa tietoa perheryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien kokemuksista. Opinnäytetyöskentelyllä laajennamme omaa ammatillista osaamistamme, kehitämme raportointitaitojamme ja kartutamme osaamistamme tutkimuksen tekemisestä. Lisäksi vahvistamme sosionomin ammatti-identiteettiämme opinnäytetyöprosessin edetessä.



### 3 MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITON KVANTITATIIVINEN TUTKIMUS

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on toteuttanut palautekyselyjä Vahvuutta vanhemmuuteen - perheryhmätoiminnasta. Palautekyselyjä on toteutettu kvantitatiivisin tutkimusmenetelmin. Vuoden 2012 alusta alettiin kerätä perheryhmätoiminnassa mukana olleiden palautteita. Tammikuusta syyskuuhun mennessä ryhmiin osallistuneista 466 vanhemmasta 62 prosenttia vastasi Webropol-kyselyyn. Vastaajilta kysyttiin taustatietoina vanhemman ja lapsen ikää ryhmiin osallistuttaessa, sukupuolta, asuinpaikkakuntaa, ammattia ja koulutustaustaa. Perheryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien lisäksi myös ryhmänohjaajat ovat osallistuneet palautteen antoon. (MLL 2012, 6; Viinikka 2012.)

Kvantitatiivisessa tutkimuksessa vastaajille esitettiin kysymyksiä eri teemoista. Kyselyssä esimerkiksi kysyttiin syitä perheryhmätoimintaan osallistumiseen, mielipiteitä toiminnasta, toiminnan hyödyllisyydestä, toiminnan vaikutuksia suhteessa toisiin vauvaperheisiin, omaan vanhemmuuteen, vauvan hoitoon ja omaan itseluottamukseen. Osa kysymyksistä jätettiin avoimiksi kysymyksiksi. (Viinikka 2012.)

Valtakunnalliseen kvantitatiiviseen palautekyselyyn vastanneet vanhemmat kokivat merkittävänä syynä perheryhmätoimintaan osallistumiselle halun oppia tuntemaan oma vauva. Vanhemmat osallistuivat perheryhmätoimintaan saadakseen vinkkejä ja ohjeita vauva arkeen, syventääkseen ymmärrystään vauvan kanssa elämisestä sekä saadakseen tukea vanhemmuuteen. Tämä osaltaan on myös yksi Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmätoiminnan tavoitteista. (MLL 2012, 42; Viinikka 2012.)

Palautekyselyssä kysyttiin perheryhmätoiminnan vaikutuksesta vauvan ja vanhemman väliseen suhteeseen. Vanhempia pyydettiin arvioimaan erilaisia toteamuksia asteikolla erittäin paljon, melko paljon, melko vähän, ei lainkaan ja en osaa sanoa. Toteamuksia olivat esimerkiksi ”suhteeni vauvaan vahvistui”, ”itseluottamukseni vanhempana lisääntyi” ja ”ymmärrän paremmin vauvani tarpeita ja tunteita”. Kyselyyn vastanneista vanhemmista 75 prosenttia koki, että perheryhmätoiminnan ansiosta suhde vauvaan vahvistui paljon. Vastanneista 81 prosenttia koki itseluottamuksen vanhempana lisääntyneen paljon. Vauvansa tarpeita ja tunteita koki ymmärtävänsä paljon paremmin 88 prosenttia vastanneista. (Viinikka 2012.)

Merkittäviksi syiksi perheryhmätoimintaan osallistumiselle kyselyyn vastatessaan vanhemmat kertoivat sosiaalisten suhteiden luomisen ja vertaistuen saamisen. Osa kyselyyn vastanneista kertoi myös tapaavansa perheryhmätoimintaan osallistuneita vanhempia perheryhmätoiminnan päättymisen jälkeen. Sosiaalisten tukiverkostojen vahvistuminen on myös yksi perheryhmätoiminnan tavoitteista. Valtakunnallisissa kvalitatiivisissa palautekyselyissä hyödyllisimmiksi keskusteluisällöiksi perheryhmätoimintaan osallistuneet vanhemmat olivat kokeneet vanhemmuuden, arjen ilot ja vaikeat tilanteet, lapsen ymmärtämisen ja kehityksen sekä parisuhteen (MLL 2012, 42 - 43; Viinikka 2012.)

#### 4 VANHEMMUUS JA VUOROVAIKUTUS

Lastenpsykiatrian professorin Tuula Tammisen (2004, 69, 76) mukaan vanhemmuus on ihmissuhde lapsen ja aikuisen välillä, jossa molemmat osapuolet kehittyvät, muuttuvat ja kasvavat. Ilman lasta ei ole vanhemmuutta. Vanhemmuudessa on keskeistä osoittaa lapselle kiintymystä, välittämistä ja luottamusta. Lapsella on luontainen tarve kiintyä häntä hoitaviin aikuisiin. Lapsen ja vanhemman välisessä vuorovaikutussuhteessa lapsi luo vanhemmalle mahdollisuuden itsetutkiskeluun ja sisäiseen kasvuun.

Vanhemmuus terminä on monisäikeinen. Lapsen äiti ja isä ovat fyysisessä ja emotionaalisessa vuorovaikutuksessa lapseensa. Tämä tarkoittaa sitä, että lapsen tarpeita ja tunteita tunnistetaan, huomioidaan ja lapsesta huolehditaan. Vanhemmuus on siis jatkuvasti muotoutuva, aina keskeneräinen vuorovaikutusprosessi. Vanhemmuus muuttuu ja muotoutuu erilaiseksi lapsen kasvun ja kehityksen mukana. Vanhemmuus muotoutuu jokaisen lapsen kohdalla erilaiseksi. Jo vauvana jokainen lapsi on omanlainen. Vauvat ilmaisevat tunteitaan ja tarpeitaan eri tavoin ja vanhemman haaste on tunnistaa ne oikein ja vastata niihin sopivalla tavalla. (Rönkkö ja Rytönen 2010, 124; Tamminen 2004, 103 - 104.)

Vanhemmuutta voidaan tarkastella useista eri näkökulmista. Vanhemmuus voidaan nähdä biologisena, psyykkisenä, sosiaalisena ja juridisena vanhemmuutena. Biologinen vanhemmuus on kyseessä silloin, kun vanhemmalla ja lapsella on yhteinen geeniperimä. Psyykkisen vanhemmuuden näkökulmasta vanhemmuutta tarkasteltaessa lapsi kokee aikuisen vanhemmakseen. Sosiaalisen vanhemmuuden näkökulmasta lapsen vanhempi on se aikuinen, joka huolehtii lapsen käytännön asioista. Juridinen vanhemmuus tunnetaan tutummin käsitteenä huoltajuus ja se on lähtökohtaisesti sama kuin biologinen vanhemmuus. Lapsen huoltajuutta voidaan kuitenkin muuttaa vanhempien suostumuksella tai oikeuden päätöksellä. (Hyvärinen 2007, 354; Vilén, Vihunen, Vartiainen, Sivé, Neuvo- nen ja Kurvinen 2006, 86.)

Vanhemmuudessa naisilla ja miehillä on erilaisia rooleja ja ne ovat muuttuneet yhteiskunnan muuttuessa. Isien rooli on muuttunut perheen elättäjäksi ja taloudellisen turvan takaajaksi. Nykyään kiinnitetään enemmän huomiota myös isän ja lapsen vuorovaikutussuhteeseen. Perheissä naiset ovat usein hoivaajien roolissa, kun taas isillä on usein aktiivisen toiminnan järjestäjän rooli. Erilaisiin rooleihin vanhemmuudessa vaikuttavat esimerkiksi omat lapsuudenaikaiset mallit, yleinen toimintakulttuuri ja omat henkilökohtaiset arvot. Ihanteellisessa tilanteessa molempien vanhempien erilaiset roolit täydentävät toisiaan ja luovat osaltaan turvallista kasvuympäristöä lapselle. (Einon 2001, 138 - 139; Sinkkonen 2012, 83 - 84.)

Ensivanhemmille lapsen syntymä on suuri muutos. Vanhemmuuden vuorovaikutusprosessi käynnistyy jo omassa varhaislapsuudessa, lapsuudessa, nuoruudessa ja varhaisaikuisuudessa ennen vanhemmuuden alkamista biologisena, sijais- tai adoptiovanhempana. Ensivanhemmat voivat yllättyä siitä, kuinka voimakkaita tunnereaktioita ja mielikuvia omat varhaiset vuorovaikutuskokemukset voivat herättää. Tällaiset kokemukset ovat osa tiedostamatonta muistiamme ja voivat ilmetä esimerkik-

si kosketuksen, tuoksun tai äänen myötä. Isäksi ja äidiksi tullessa vanhemmat peilaavat omaa lapsuuttaan suhteessa omaan vanhemmuuteensa. Ensimmäisen lapsen syntymä herättää vanhemmissa niin pelon ja epävarmuuden, kuin ilon ja helpotuksenkin tunteita. (Kannas 2007, 57; Rönkkö ja Rytönen 2010, 125; Siltala 2003, 16; Sinkkonen 2012, 116 - 117, 128.)

Ensivanhemmuus muuttaa elämän siis mielessä ja käytännössä. Vauvan syntyessä vanhempien arki muuttuu ja uudenlaiseen rytmiin totuttelu alkaa. Kahden aikuisen talous muuttuu vauvaperheeksi, jossa on omanlaiset tavat sekä arkirythmi. Oman ajan määrä muuttuu ja vauva on riippuvainen vanhemmistaan. Vauvan ensimmäinen ikävuosi on tärkeä ajanjakso perusturvallisuuden syntymiseen. (Haataja 2011, 14; Jarasto ja Sinervo 1997, 25 - 27; Sinkkonen 2012, 216 - 217.) Opinnäytetyössämme vanhemmuutta tarkastellaan ensivanhemmuuden näkökulmasta, sillä Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaan osallistuvat vanhemmat ovat ensivanhempia.

#### 4.1 Varhainen vuorovaikutus

Äidin ja vauvan, sekä isän ja vauvan, varhainen vuorovaikutus alkaa jo raskauden aikana. Tuolloin vuorovaikutus on äidin ja sikiön välistä ruumiillista dialogia. Äidin mielikuvat itsestään äitinä, vauvan isästä sekä hänen omat mielikuvansa itsestään vauvana sekä omista vanhemmistaan vaikuttavat varhaisen vuorovaikutuksen syntyyn. Isän vastaavat mielikuvat itsensä ja hänelle tärkeiden henkilöiden välisestä vuorovaikutuksesta vaikuttavat hänen ja vauvan välisen varhaisen vuorovaikutuksen alkamiseen raskauden aikana. Myös isällä on mahdollisuus raskauden aikaan ruumiilliseen dialogiin vauvan kanssa tunnustelemalla tämän liikkeitä äidin vatsanpeitteiden läpi. Raskauden aikana muodostunut tunteisiin pohjautuva kiintymys sikiöön ennakoii osaltaan vauvan syntymän jälkeisten äidillisten ja isällisten tunteiden kokemisen voimakkuutta. (Lehtimaja 2007, 11; Pajulo 2004, 2546 - 2547; Punamäki 2011, 90; Siltala 2003, 19.)

Vauva kokee ympäristöään aistiensa avulla. Jo vastasyntyneellä aistielimet ovat kehittyneet. Varhaisen vuorovaikutuksen perustana on ajatus siitä, että lapsen vanhempi tarjoaa lapselleen kiintymyssuhteen ja suojaa. Vauvalla on vaistomainen halu olla vuorovaikutuksessa elollisen maailman kanssa. Tätä elollista maailmaa edustavat ihmisen kasvot ja ääni. (Ivanoff, Risku, Kitinoja, Vuori ja Palo 2001, 36 - 37; Karling, Ojanen, Sívén, Vihunen ja Vilén 2009, 98 - 99.)

Varhainen vuorovaikutus tarkoittaa siis vauvan ja häntä toistuvasti, päivittäin hoitavien aikuisten välistä vuorovaikutusta. Varhainen vuorovaikutus käsitteenä kattaa usein lapsen ja häntä hoitavan aikuisen välisen vuorovaikutuksen vauvaiästä noin kolmeen ikävuoteen asti. Varhaisen vuorovaikutuksen kautta lapselle muodostuu varhainen minä. Tämän jo varhain lapsuudessa muodostuneen minän ajatellaan säilyvän melko muuttumattomana ihmisen läpi elämän. Varhainen vuorovaikutus on siis erittäin merkityksellinen lapsen minän kehittymisen kannalta. Varhaislapsuuden kokemuksilla ajatellaan olevan merkittävä vaikutus siihen, kuinka lapsi oppii ajattelemaan itsestään ja miten hän oppii käsittelemään erilaisia sisäisiä tunnetilojaan. (Vilén ym. 2006, 86 - 87.)

Yleisesti vauvan äitiä pidetään vauvaa hoitavana aikuisena. Vauvan hoitaja voi kuitenkin olla esimerkiksi hänen isänsä tai joku isovanhemmista. Vauvaa hoitavan aikuisen sensitiivisyydellä on keskeinen merkitys vauvan kehitykseen. Sensitiivinen hoitaja osaa tunnistaa vauvan tarpeita ja tunteita vastaten niihin kuuluvalla tavalla nopeasti ja johdonmukaisesti. Aito osallisuus ja sitoutuneisuus vauvaan luovat vauvalle huomatuksi tulemisen kautta perustan minuuden kokemukselle. Tämä sensitiivinen käytös luo pohjan vauvan ja hänen hoitajansa väliselle kiintymyssuhteelle. Varhaiset kiintymyssuhteet nähdään perustana myöhemmin solmittaville ihmissuhteille. (Kivijärvi 2003, 252 - 253; Pajulo 2004, 2543.)

Opinnäytetyössämme varhainen vuorovaikutus on keskeinen käsite, sillä perheryhmätoiminnan yhtenä päätavoitteena on lapsen ja vanhemman välisen vuorovaikutussuhteen vahvistaminen. Lapsen ja vanhemman välisen myönteisen vuorovaikutussuhteen tukemisen nähdään ehkäisevän mahdollisesti myöhemmin ilmeneviä ongelmia sekä edistävän perheenjäsenten valmiuksia käsitellä tulevia vastoinkäymisiä. Kyseessä on varhainen vuorovaikutus, sillä perheryhmätoiminnan alkaessa perheiden lapset ovat 2–4 kuukauden ikäisiä. (MLL 2012, 6, 35, 42.)

## 4.2 Kiintymyssuhde

Kiintymyssuhdeteoria on John Bowlbyn (1907–1990) kehittämä teoria varhaisesta vuorovaikutuksesta ja sen vaikutuksesta lapsen myöhempään elämään. Teorian mukaan lapsella on biologinen tarve kiintymyssuhteen muodostamiselle. Lapselle ominaista kiinnittymiskäyttäytymistä ovat esimerkiksi itku, hymy ja seuraaminen. Lapsi kiintyy ensimmäisien elinkuukausien aikana häntä toistuvasti hoitaviin aikuisiin. Tämä lapsen ja häntä hoitavan aikuisen välille muodostuva kiintymyssuhde ei aina ole samanlainen, vaan on olemassa erilaisia kiintymyssuhteita, jotka muodostavat erilaisia muistijärjestelmiä aivoihimme. Bowlbyn mukaan lapsi alkaa muodostaa syy-seuraussuhteita siitä, kuinka hänen kuuluisi tuntea ja toimia eri tilanteissa häntä hoitavan aikuisen kanssa saadessaan toistuvia kokemuksia häntä hoitavista aikuisista ja itsestään suhteessa heihin. Kiintymyssuhteita on olemassa erilaisia ja pääsääntöisesti kiintymyssuhteet jaetaan vähintään kolmeen eri tyyppiin: turvallinen eli luotettava kiintymyssuhde, turvaton ja välttelevä kiintymyssuhde sekä turvaton ja ristiriitainen kiintymyssuhde. Näiden kolmen kiintymyssuhdetyyppin rinnalle on muodostunut myös jäsentymätön tai integroitumaton kiintymyssuhde. (Ahlqvist-Björkroth 2007, 128; Hautamäki 2002, 14 - 15; Pajulo 2004, 2543; Vilén ym. 2006, 87 - 88.)

Jotta lapselle voi muodostua turvallinen kiintymyssuhde, tulee hänen oppia luottamaan siihen, että hänet huomioidaan, hänen tarpeensa tunnistetaan ja niihin vastataan sopivalla tavalla. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsen hoitajalla on kyky reagoida lapsen fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin tarpeisiin sopivalla herkkyydellä. Turvallisen kiintymyssuhteen hoitajaansa muodostanut lapsi viestii selvästi ja suoraan tunnetiloistaan, olettaen, että hänen hoitajansa reagoi hänen tarpeisiinsa. Turvallisesti kiintynyt lapsi pitää itseään rakastettavana ja uskaltaa näyttää tunteitaan ja tarpeitaan avoimesti. Tämän lisäksi turvallisesti kiintynyt lapsi kokee, että hänen tunteensa ovat merkityksellisiä. Turvallisen kiintymyssuhteen lapsena muodostanut ihminen pystyy kiintymyssuhdeteorian mukaan myös aikuisiällä antamaan ja vastaanottamaan rakkautta. Turvallinen kiintymyssuhde edistää sisäi-

sen turvallisuuden, itseluottamuksen ja autonomian kehittymistä. (Pajulo 2004, 2543; Punamäki 2001, 178; Vilén ym. 2006, 88 - 89.)

Tilanteessa, jossa lapselle muodostuu turvaton ja välttelevä kiintymyssuhde, lapsi oppii, ettei hänen hoitajansa ole saatavilla. Tuolloin hoitaja ei reagoi tai osaa reagoida lapsen tarpeisiin tai hoitaja ei pysty tarjoamaan lapselle sellaista ilmapiiriä, jossa lapsen erilaisille tunteille olisi tilaa. Koska lapsen tunteisiin ja tarpeisiin ei vastata, kokee hän niiden näyttämisen merkityksettömänä ja kannattamattomana. Tuolloin lapsi pyrkii löytämään itsenäisiä keinoja säädellä omia tunnetilojaan ilman, että on vielä psyykkisen kehityksen näkökulmasta siihen kykenevä. Koska pieni lapsi ei ole kykenevä tällaiseen psyykkiseen itsesäätelyyn, alkaa hän kokea paremmaksi erilaisten tunteiden kieltämisen ja välttämisen. Tällainen oman tarvitsevuuden kieltäminen saattaa pitkällä aikavälillä kuitenkin aiheuttaa masentuneisuutta ja itsekriittisyyttä sekä saattaa ohjata aikuisiällä hakemaan arvostusta sekä muissa että itsessään suorittamalla. Tällaista ajattelutapaa kutsutaan vältteleväksi oletusmalliksi. Välttelevän oletusmallin varhaislapsuudessa muodostaneelle ihmiselle rakkauden vastaanottaminen ja antaminen saattaa aikuisiällä olla vaikeaa. Tämä johtuu siitä, että hän ei usko häntä ymmärrettävän ja autettavan hänen sitä tarvitessaan. (Punamäki 2001, 178; Vilén ym. 2006, 89 - 90.)

Turvattoman ja ristiriitaisen kiintymyssuhteen syntyyn vaikuttaa merkittävästi se, että lapsi kokee toistuvasti hoitajansa olevan epäjohdonmukainen reaktioissaan. Tämän epäjohdonmukaisuuden vuoksi lapsi ei osaa ennustaa, miten hoitaja tulee hänen tarpeisiinsa vastaamaan. Näin ollen lapsi ei myöskään tiedä, millainen hänen pitäisi olla suhteessa toiseen ihmiseen. Turvattomassa ja ristiriitaisessa kiintymyssuhteessa tunteet korostuvat ja lapsen oletusmallin mukaan hänen kuuluu reagoida voimakkaasti saadakseen toiselta haluamansa. Ulospäin tämä oletusmalli näkyy heikkona itsesäätelykykyinä ja tunteiden ailahteluna. Tällaisen turvattoman ja ristiriitaisen kiintymyssuhteen muodostanut ihminen saattaa vielä aikuisiälläkin hakea toisten ihmisten hyväksyntää voimakkaasti ja kokea arvottomuuden tunnetta, mikäli ei sitä saavuta. Turvattoman ja ristiriitaisen kiintymyssuhteen muodostaneen ihmisen toimintaa ohjailevat järkeä enemmän erilaiset tunteet ja hän saattaa ajautua ja jumiutua esimerkiksi parisuhteisiin, joissa on väkivaltaa, hyväksikäyttöä ja toisen osapuolen manipulointia. (Punamäki 2001, 178; Vilén ym. 2006, 91 - 92.)

Kolmen edellä mainitun kiintymyssuhdemallin lisäksi on olemassa myös neljäs kiintymyssuhdetyyppi, jäsentymätön tai integroitumaton kiintymyssuhde. Tässä kiintymyssuhdetyyppissä lapsi ei ole päässyt muodostamaan kiintymyssuhdetta hoitajaansa, sillä hoitaja ei ole pystynyt vastaamaan edes lapsen perushoitoon liittyviin tarpeisiin. Hoitava aikuinen ei ole kykenevä vastaamaan lapsen perustarpeisiin ja pahimmassa tapauksessa lapsi jää täysin heitteille. Tällaisessa tilanteessa lapselle ei muodostu oletusmallia siitä, kuinka hän kommunikoi toisten ihmisten kanssa. (Vilén ym. 2006, 92.)

Varhaislapsuudessaan jäsentymättömän kiintymyssuhteen hoitajaansa muodostaneen ihmisen tunnemaailma on kaoottinen ja hänen on vaikeaa muodostaa kuvaa itsestään tai itsestään vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. Tällaisen kiintymyssuhteen muodostanut lapsi hakee lohtua ja apua keneltä tahansa, jopa vieraalta ihmiseltä tai hän saattaa sulkeutua täysin, eikä pyydä apua keneltäkään. Tällainen jäsentymätön kiintymyssuhde on lapsen kasvun ja kehityksen kannalta vaarallinen ja

aikuisuuteen kasvaminen on tällaisen kiintymyssuhteen hoitajaansa muodostaneelle ihmiselle haastavaa. Jotta jäsentymättömässä kiintymyssuhteessa elävä ihminen voi kasvaa ja kehittyä psyykkeltään sellaiseksi, että hän kykenee luomaan kuvaa itsestään ja oppii rakastamaan muita, tarvitsee hänen saada varhaista tukea ja riittävää terapeutista hoitoa. (Vilén ym. 2006, 92.)

Jäsentymättömästä kiintymyssuhteesta lukuun ottamatta kaikissa kolmessa muussa kiintymyssuhtemallissa on myös positiivisia asioita. Kaikista kiintymyssuhteista kuitenkin turvallinen kiintymyssuhde on se, jossa lapsi kokee voivansa parhaiten. Kuitenkin vaikka lapsen hoitajaansa muodostama kiintymyssuhde olisi turvallinen ja hyvä, voi elämän aikana vastaan tulevat traumaattiset kokemukset järkyttää ihmisen perusluottamusta. Bowlbyn luoman kiintymyssuhteteoriaa hyödyntämällä esimerkiksi traumatisoituneiden ja toistuvia erotilanteita kokeneiden lasten ja aikuisten oireiden ja ongelmien ymmärtäminen on helpompaa. (Ivanoff ym. 2001, 37; Sinkkonen 2003, 92; Vilén ym. 2006, 92.)

Kiintymyssuhde on yksi merkittävimmistä ihmisen elämän ihmissuhteista ja se muodostuu varhaislapsuudessa, varhaisessa vuorovaikutuksessa. Opinnäytetyössämme kiintymyssuhteen muodostuminen nähdään varhaisen vuorovaikutuksen tuloksena. Kiintymyssuhteteoria on olennainen avainsana opinnäytetyöllemme myös siksi, että se on yksi Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminnan taustateorioista (ks. MLL 2012, 8).

#### 4.3 Reflektiivisyys

Mentalisaatio tarkoittaa oman ja toisen mielen mielessä pitämistä. Se tarkoittaa siis kykyä ajatella, mitä muut ajattelevat. Siihen kuuluu kyky nähdä itsensä ja toiset ihmiset olentoina, joilla on haluja, uskomuksia ja päämääriä. Jos ihmiseltä puuttuu kyky mentalisaatioon, ei hän kykene ennakoimaan omia ja toisten ihmisten reaktioita erilaisissa tilanteissa, eikä säätelämään omia tunnetilojaan. Arvaamattomuus ja hillittömyys kuvaavat mentalisaatiokyvyttömän ihmisen elämää. Kyseisen kyvyn puute liittyy usein epävakaaseen persoonallisuuteen sekä muihin psyykkisiin häiriöihin. (Larmo 2010, 616.)

Varhaisessa vanhemmuudessa vanhempi kykenee mentalisaatiokyvyn myötä pohtimaan lapsen kokemuksia ja tuntemuksia jo raskauden aikana. Vanhempi, jolla mentalisaatiokyky pystyy näkemään lapsensa olentona, jolla on haluja. Tuolloin vanhemman on mahdollista eläytyä lapsensa mieleen vastaten tämän fyysisiin, emotionaalisiin ja psyykkisiin tarpeisiin sopivalla tavalla. Lapsen kehityksen myötä lapsen on mahdollista omaksua vanhemman mieleen syntynyt kuva lapsen mielestä, kokemuksista ja tarpeista. Tämän seurauksena lapsi saavuttaa kyvyn omien tunnetilojen säätelyyn. (Larmo 2010, 616 - 617; Pajulo ja Pyykkönen 2011, 66.)

Lapsen kyky mentalisaatioon ja sen kautta reflektioon kehittyy siis varhaisessa vuorovaikutuksessa lasta toistuvasti hoitavan aikuisen kanssa. Lasta hoitavan aikuisen peilatus vauvalla vauvan tunnetiloja ja käyttäytymistä järjestyy lapselle tilaisuus oman ja toisen mielen ymmärtämisen kehittymiselle. Vauvan tunnetiloja ja käyttäytymistä peilatussa lasta hoitava aikuinen sopivalla liioittelulla selvittää lapselle hoitajan ymmärtävän ja vastaanottavan vauvan tunteet, mutta niiden olevan kuitenkin

kin erillisiä hoitajan tunnetilasta. Lapsen reflektiivistä kykyä voidaan vahvistaa tunnetiloista ja oman käytöksen vaikutuksesta toisten ihmisten kokemuksiin puhumisen kautta. (Larmo 2010, 616; Pajulo 2004, 2544 - 2545.)

Reflektiivinen toiminta on mentalisaation käytännön ilmentymä. Reflektointi on sisäistä puhetta itsensä kanssa. Tällöin tutkitaan omia toimintatapoja ja tarkastellaan itseään. Reflektio voi kohdistua oman toiminnan ja ajatusten lisäksi myös vuorovaikutukseen ja vuorovaikutussuhteisiin. Kun reflektoidaan itseään ja omaa toimintaa, oma itsetuntemus syvenee. Kun sen sijaan reflektoi vuorovaikutusta ja vuorovaikutussuhdetta, ymmärtää oman toiminnan lisäksi toisia ja toisten tarpeita. Reflektiivisyys voi olla sisäistä puhetta, mutta se voidaan toteuttaa myös vuoropuheluna ja niin sanotusti ääneen ajateltuna. Tällöin tärkeä on huomioida dialogisen avoimen vuorovaikutuksen merkitys. (Larmo 2010, 616; Järvinen, Lankinen, Taajamo, Veistilä ja Virolainen 2007, 185 - 186; Rönkkö ja Rytönen 2010, 285.)

Terminä riittävän hyvä vanhemmuus tarkoittaa oman lapsuuden peilaamista omaan vanhemmuuteen. Omassa lapsuudessa saatu kasvatusta on ollut riittävän hyvää, jolloin saavutetaan hyvät lähtökohdat kasvaa itse vanhemmaksi. Riittävän hyvään vanhemmuuteen kuuluu vanhemman omaa päänsisäistä puhetta eli reflektiota omasta lapsuudesta ja silloisista kokemuksistaan. Vanhempi peilaa näitä lapsuutensa kokemuksia omaan vanhemmuuteensa etsien positiivisia ja hyviä toimintamalleja sekä pyrkien mahdollisesti välttämään itsestä lapsena epämiellyttävältä tuntuneita toimintamalleja. Reflektion kautta vanhemmalla on mahdollisuus miettiä itseään kasvattajana sekä omia kasvatuseriaatteitaan verrattuna omien vanhempiansa toimintaan. (Vilén ym. 2006, 102.)

Vanhemmat, joilla on hyvä reflektiokyky pystyvät erottamaan omien vanhempien kokemukset omaan. Vanhemman reflektiivinen kyky vaikuttaa oman lapsuuden traumaattisten kokemusten välittymiseen vanhemman lapsen lapsuuteen. Lapset, joiden vanhemmilla on traumaattisia lapsuudenkokemuksia, mutta hyvä reflektiivinen kyky, muodostavat todennäköisesti turvallisen kiintymyssuhteen vanhempaansa. Sen sijaan vanhempien, joilla on traumaattisia lapsuudenkokemuksia ja heikko reflektiivinen kyky, lapset kiintyvät lähes poikkeuksetta turvottomasti. (Pajulo 2004, 2546.)

Opinnäytetyössämme vanhempien reflektiivistä kykyä tarkastellaan teemahaastatteluilla. Reflektiivisyys on yksi tekijä Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien haastattelua varten suunnitellussa teemahaastattelurungossa. Teemahaastatteluilla pyrimme luomaan tietoa vanhempien reflektiivisestä kyvystä. Kuten kiintymyssuhdeteoria, myös mentalisaatio-teoria ja reflektiivinen kyky ovat Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminnan keskeisiä taustateorioita (ks. MLL 2012, 8).

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen tutkimus Iisalmessa toimivasta Vahvuutta vanhemmuuteen-perheryhmästä. Opinnäytetyössämme tutkittava kohderyhmä on Iisalmen Vahvuutta vanhemmuuteen-perheryhmätoimintaan osallistuneet vanhemmat ja ryhmänohjaajat. Selvitimme miten vanhemmat ovat kokeneet perheryhmätoiminnan osana vanhemmuuttaan, reflektiivisyyttään ja vuorovaikutussuhdettaan lapsen kanssa. Selvitimme vanhempien kokemuksia myös ryhmänohjaajien näkökulmasta. Haastattelimme siis sekä vanhempia että ryhmänohjaajia. Opinnäytetyössämme käytämme perheryhmätoimintaan osallistuneista vanhemmista termiä vanhemmat. Perheryhmätoiminnan ohjaajista käytämme termiä ryhmänohjaajat. Opinnäytetyöskentelyn alussa laadimme tutkimuslupa-anomuksen toimeksiantajallemme, Ylä-Savon SOTE kuntayhtymälle syksyllä 2013. Tutkimuslupa myönnettiin marraskuussa 2013. Työsuunnitelmamme esitimme Savonia-ammattikorkeakoululla joulukuussa 2013.

Laadimme ryhmätoimintaan osallistuneille vanhemmille saatekirjeen (liite 1), jossa kerroimme opinnäytetyöstämme ja kutsuimme ryhmätoimintaan osallistuneita vanhempia osallistumaan opinnäytetyömme toteutukseen. Saimme ryhmänohjaajilta ryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien yhteystiedot ja lähetimme saatekirjeen vanhemmille sähköpostitse. Saatekirjeen laatimisen jälkeen keräsimme teoriakirjallisuutta aiheeseemme liittyen ja aloimme työstää opinnäytetyömme tietoperustaa.

Avainsanoina opinnäytetyöllemme ovat vanhemmuus, reflektiivisyys, varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde. Avainsanojen valintaan vaikuttivat Vahvuutta vanhemmuuteen-perheryhmätoiminnan taustateoriat. Taustateorioita ovat reflektiivisyysteoria ja kiintymyssuhdeteoria. Vanhemmuus ja varhainen vuorovaikutus valikoituivat avainsanoiksemme kohderyhmän valinnan seurauksena. Avainsanat luovat opinnäytetyömme teoreettisen viitekehyksen. Tutkimuskysymyksemme olivat

1. Kokivatko vanhemmat perheryhmän vaikuttaneen vanhemmuuteensa ja vuorovaikutussuhteeseensa lapsensa kanssa?
2. Mitkä ovat ryhmänohjaajien näkemykset vanhempien kokemuksista?

Näiden tutkimuskysymysten kautta laadimme teemahaastattelurungon ryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien (liite 2) ja ryhmänohjaajien haastatteluille (liite 3) Mannerheimin Lastensuojeluliiton toteuttamia kvantitatiivisia eli määrällisiä tutkimuksia hyödyntäen. Tutkimuskysymykset mielessä pitäen käsitelimme haastatteluista saamamme aineiston ja kirjoitimme niiden pohjalta pohdinnan ja johtopäätökset. Myös pohdinnassa hyödynsimme tutkimuskysymyksiämme.

### 5.1 Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoiminta

Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaan osallistuvat perheet ovat ensivanhempia. Vauvat ovat vanhempiensa mukana perheryhmätoiminnassa. Perheryhmään osallistuminen on perheille maksutonta. Perheryhmätoimintaan osallistuminen alkaa vauvan ollessa 2–4 kuukauden ikäinen. Kerrallaan ryhmiin osallistuu 4–6 perhettä. Perheryhmätoiminta on suljettu ryhmä. Tällöin tilantees-



sa, jossa joku perhe lopettaa perheryhmätoiminnan, uutta perhettä ei oteta tilalle. Perheryhmätoiminta tarjoaa siis osallistujilleen mahdollisuuden tutustua toisiin, samassa elämäntilanteessa oleviin perheisiin. Kaikki perheryhmätoimintaan osallistuvat vanhemmat ovat ensivanhempia ja heidän lapsensa ovat suunnilleen saman ikäisiä. (MLL 2012, 35; MLL 2013.)

Perheryhmätoiminnan kautta vanhemmilla on mahdollisuus tarkastella itsensä ja vauvansa välistä vuorovaikutussuhdetta sekä jakaa kokemuksiaan vanhemmuudesta ja vauva-arjesta. Vanhemmilla on myös mahdollisuus pohtia arjen tilanteiden herättämiä ajatuksia omassa ja vauvan mielessä sekä oppia ymmärtämään paremmin itsensä ja lapsensa välistä dynamiikkaa. (Viinikka 2012.) Perheryhmätoimintaan osallistuvat vanhemmat nähdään oman elämäntilanteensa asiantuntijoina. Tämän lisäksi heidät nähdään tasavertaisina yhteistyökumppaneina ryhmänohjaajien kanssa. (MLL 2012, 42.)

Perheryhmätoiminta toimii vanhemmuuden tukena. Tapaamiskerroilla keskustellaan esimerkiksi vanhemmuudesta, arjen iloista ja suruista, lapsen kehityksestä sekä omasta jaksamisesta. Erilaisilla keskusteluilla vanhempia pyritään auttamaan huomaamaan vauvan käyttäytymiselle vaihtoehtoisia tulkintoja. Havainnointikyvyn parantumisen myötä vauvan ja vanhemman välisten viestien väärintulkinnat vähenevät. Perheryhmätoiminnasta saadun vertaistuen seurauksena vanhempien voimavarat lisääntyvät ja heidän luottamuksensa tapaansa toimia vanhempana kasvaa. Perheryhmätoiminnasta saadun tuen myötä vanhemmilla on paremmat valmiudet tunnistaa omia tunnetilojaan, sekä niiden vaikutuksia lapseen ja muihin perheenjäseneniin. Reflektiivisen kyvyn kehittymisen myötä arki helpottuu ja vanhempi ymmärtää oman jaksamisensa tärkeyden. (MLL 2012, 42 - 43.)

Perheryhmätoiminnan tavoitteena on tasavertaisen vanhemmuuden vahvistuminen. Tasavertaisella vanhemmuudella tarkoitetaan vanhemmuutta, jossa lapsen hoito ja kasvatus jakautuvat tasaisesti molemmille vanhemmille ja vanhemmat tekevät perhettä koskevat päätökset yhdessä. Tasavertainen vanhemmuus lisää vanhempien parisuhdetyytyväisyyttä vaikuttaen positiivisesti perheen elämään. Ensivanhemmuudessa lapsen syntymän seurauksena parisuhteeseen tulee uusi, kolmas osapuoli. Tämä vaikuttaa perheen sisäiseen dynamiikkaan tuoden arkeen omat haasteensa, joita perheryhmätoiminnasta saatava vertaistuki voi helpottaa. Perheryhmätoiminnassa käydyt reflektiiviset keskustelut voivat myös innostaa vanhempia jatkamaan keskustelua uudella tavalla myös ryhmän ulkopuolella, kotona. (MLL 2012, 43.)

Perheryhmätoimintaan osallistuneilla perheillä on mahdollisuus myös vahvistaa perheensä sosiaalista tukiverkostoa luomalla perheryhmässä uusia ystävyysuhteita. Ryhmänohjaajat voivat rohkaista perheryhmätoimintaan osallistuneita vanhempia pitämään yhteyttä toisiin vanhempiin myös perheryhmätoiminnan päätyttyä. Ryhmänohjaajien on tärkeää seurata ja huomioida perheryhmätoimintaan osallistuneita vanhempia koko perheryhmätoiminnan ajan, sillä perheen jaksaminen ja voimavarat voivat ylittyä erilaisten muutostilanteiden seurauksena. Huolenaiheiden ilmetessä ryhmänohjaajien tehtävänä on ohjata perhe palveluverkostossa eteenpäin. (MLL 2012, 43 - 44.)

Perheryhmätoiminta on strukturoitua ja teemoitettua. Kahdentoista kokoontumiskerran aikana käsitellään ennalta suunniteltuja teemoja, jotka on suunniteltu tavoitteisiin peilaten. Teemoja ovat (MLL 2012, 48):

- Olen oma vauvasi
- Minä olen minä!
- Onkohan meillä tänään kiva päivä?
- Sinun ilosi ja surusi ovat myös minun
- Joskus tunnen, että aivan pakahdun!
- Arkeni muuttuu kun kasvan
- Minä tarvitsen sinua
- Minua harmittaa!
- Ymmärrätkö mitä tarkoitan?
- Hyvässä ja pahassa, sinä olet esikuvani
- Maailmani laajenee
- Muistellaan yhdessä menneitä tapaamisia

Tapaamiskerrat järjestetään kahden viikon välein ja tapaaminen kestää noin 2 tuntia. Perheryhmätoimintaa ohjaavat kaksi toimintamalliin koulutettua työntekijää. Ryhmänohjaajat voivat olla koulutukseltaan esimerkiksi terveydenhoitajia, perhetyöntekijöitä, sairaanhoitajia, lastentarhanopettajia tai psykologeja. Myös muilla nimikkeillä työskenteleviä kunnan ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton työntekijöitä on koulutautunut ryhmänohjaajiksi. (MLL 2013; Viinikka 2012.)

## 5.2 Kvalitatiivinen tutkimus

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Aineistonkeruumenetelmänä opinnäytetyössämme käytämme teemahaastattelua. Kvalitatiivinen tutkimus pyrkii ymmärtämään ilmiötä sekä tutkimaan tutkimuskohdetta kokonaisvaltaisesti. Tutkimusmetodien valinnoilla pyritään saamaan tutkittavien ajatukset ja näkökulmat kuuluviin. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa suositetaan menetelmiä, jotka korostavat tutkittavien näkökulmia. Tutkimuksen piirteisiin kuuluu, että tutkittavat ovat ainutlaatuisia yksilöitä. Kohdejoukkoa ei ole valittu satunnaisotoksella. Kvalitatiivinen tutkimus etsii tietoa kokonaisvaltaisesti luonnollisissa tilanteissa. Tietoa kerätään usein ihmisestä havainnoilla ja keskusteluilla. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 2009, 164; Tuomi ja Sarajärvi 2002, 27 - 28.)

Käytämme opinnäytetyössämme induktiivista analyysiä. Tuomen ja Sarajärven (2002, 95 - 96) mukaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa voidaan käyttää joko induktiivista tai deduktiivista analyysia. Induktiivisessa analyysissä liikutaan yksittäisestä yleiseen, kun taas deduktiivisessa yleisestä yksittäiseen. Induktiivinen analyysi pyrkii yksittäisten tutkimusaineistojen pohjalta luomaan yleistyksiä.

Kvalitatiivinen tutkimus ei ennakoon määrittele tutkimustulosta, vaan tavoitteena on löytää odottamattomia tutkimustuloksia. Tutkimusmenetelminä erilaiset haastattelut ja tekstien analyysit tukevat tutkittavien näkökulman esiintuontia. Tutkimuksen toteutus on joustavaa ja olosuhteet huomioivaa. Tarvittaessa tehtyjä suunnitelmia tutkimuksesta muutetaan. Kvalitatiivinen tutkimus siis käsittelee tutkittavaa ilmiötä tai ihmistä ainutlaatuisena koko tutkimuksen ajan. (Hirsjärvi ym. 2009, 161 - 164.)

### 5.3 Aineistonkeruumenetelmä

Aineistonkeruumenetelmänämme käytimme teemahaastattelua. Teemahaastattelut toteutettiin retrospektiivisesti perheryhmätoiminnan päätyttyä, viimeisen tapaamiskerran jälkeen keväällä 2014. Metsämuurosen (2006b, 43) mukaan retrospektiivisyys tarkoittaa tutkimuksessa toteutettavaa jälkikäteen arviointia. Retrospektiivisyyttä voidaan verrata prospektiivisyyteen, jolloin tutkimuksessa arviointi kohdistuu tulevaisuuteen.

Tuomen ja Sarajärven (2009, 75) mukaan teemahaastattelu käsitteenä tarkoittaa puolistrukturoitua haastattelua. Puolistrukturoitu haastattelu tarkoittaa sitä, että haastattelua varten on koostettu tiettyjä teemoja ja kysymyksiä, mutta kysymykset ovat avoimia kysymyksiä jättäen tilaa haastateltavan omille tulkinnoille. Kyllä ja ei- vastausten välttämiseksi haluamme asetella kysymykset avoimiksi, jolloin haastateltavalla on mahdollisuus kertoa tuntemuksistaan ja kokemuksistaan omin sanoin. Teemahaastattelussa etukäteen valitut teemat ja kysymykset tukevat tutkimustehtävää ja tutkimuksen viitekehystä.

Teemahaastattelun etuna on joustavuus, sillä haastateltavan kanssa ollaan vuorovaikutuksessa ja voidaan esittää tarkentavia kysymyksiä haastattelua selventämään ja syventämään (Hirsjärvi ja Hurme 2009, 34 - 35). Alasuutarin (2011, 149) mukaan haastattelussa riskinä on vastausten ohjailu tiettyyn suuntaan. Haastateltava voi pyrkiä vastaamaan kysymyksiin siten, että hän tuottaisi haastattelijalle sellaisia vastauksia, joita hän haluaa kuulla ja jotka ovat tutkimuksen kannalta sopivia.

Tutkimusvaiheessa ennen teemahaastatteluja kokosimme teemahaastattelukysymysrungot. Suunnitellessamme vanhemmille suunnattua teemahaastattelurunkoa tutustuimme Mannerheimin Lastensuojeluliiton toteuttamiin valtakunnallisiin, kvantitatiivisiin palautekyselyihin. Niiden ja toimeksiantajan kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta koostimme teemahaastattelurunkomme vanhempien haastatteluille. Lisäksi pohdimme haastatteluissa käsiteltäviä teemoja avaavia apukysymyksiä. Toimitimme vanhemmille teemahaastattelurungot ennen sovittuja haastatteluja, jotta he saivat tutustua teemahaastattelun sisältöihin etukäteen.

Vanhempien haastattelujen jälkeen pyrimme tavoittamaan lisää haastateltavia. Koska emme tavoittaneet enempää vanhempia haastatteluihimme, päädyimme tutkimusaineiston laajentamiseksi haastattelemaan ryhmänohjaajia. Ryhmänohjaajien teemahaastattelukysymysrungon laadimme käyttäen hyödyksi toteutettuja vanhempien haastatteluja ja pohtimalla, mistä aiheista haluaisimme vielä lisää tietoa. Haastatteluihimme osallistui kaksi vanhempaa sekä kaksi Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän työntekijää, jotka toimivat ryhmänohjaajina kyseisessä perheryhmässä.

Opinnäytetyöhömmme osallistuneet vanhemmat haastateltiin Savonia-ammattikorkeakoulun luokkatiloissa. Ryhmänohjaajat haastateltiin Iisalmen terveyskeskuksen tiloissa. Haastattelut äänitettiin Savonia-ammattikorkeakoulun nauhurilla. Haastattelujen kesto oli yhteensä 1 tunti ja kymmenen minuuttia. Litteroitua aineistoa kertyi 33 sivua kun fontti oli Tahoma, fonttikoko 10 ja riviväli 1,5. Hirsjärven ja Hurmeen (2009, 138, 141) mukaan, litterointi on aineiston puhtaaksikirjoittamista. Litte-

rointitapoja on useita, aineisto voidaan purkaa sanasta sanaan tekstiksi tai hyödyntää erilaisia tekstianalyysiohjelmia ja purkaa aineisto teemoittain. Opinnäytetyössämme käytimme sanasta sanaan tekstiksi kirjoittamista.

#### 5.4 Haastatteluaineiston analysointi

Opinnäytetyössämme käytimme haastatteluaineiston analysointimenetelmänä abstrahointia. Aineiston klusterointi tarkoittaa aineiston jaottelua kategorioihin. Klusterointi on osa abstrahointiprosessia, jossa pelkistetyt ilmaisut kootaan yhteisten käsitteiden alle. Luokittelu on tukena aineiston tiivistämiselle, sillä yksittäiset seikat yhdistetään laajempien käsitteiden alle. Pelkistetyt ilmaisut eivät edusta yksittäisiä tutkimukseen osallistuneita tai yksittäisiä tapahtumia aineiston ollessa abstrahoitu. Ilmaisut ovat tällöin yleisellä käsitteellisellä ja teoreettisella tasolla. (Metsämuuronen 2006a, 122; Tuomi ja Sarajärvi 2009, 110 - 111.)

Tuomi ja Sarajärvi (2009, 112 - 113) viittaavat Hämäläiseen (1987), jonka mukaan abstrahoinnissa luotavien teemoilla ja käsitteillä tuetaan tutkijan ymmärrystä tutkittavaa kohtaan. Yleistysten ja yläkäsitteiden avulla tutkija saa selkeämmän kuvan tutkimuskohteestaan. Abstrahointi on siis prosessi, jolla tutkija pyrkii ymmärtämään tutkimuskohdettaan koko tutkimusprosessin ajan.

Klusteroimme aineistomme kahteen eri abstrahointitaulukkoon. Ensimmäisessä taulukossa kokosimme yhteen perheryhmätoimintaan osallistuneiden vanhempien kokemuksia vanhemmuudesta ja vuorovaikutuksesta lapsen kanssa (liite 4). Toisessa taulukossa kategorisoimme vanhempien ja ryhmänohjaajien käsityksiä siitä, millainen kokemus perheryhmätoimintaan osallistuminen oli vanhemmille (liite 5).

#### 5.5 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimusetiikan tärkeys korostuu mielestämme erityisesti ihmistutkimuksesta puhuttaessa. Tutkijan eettiset arvot ja valinnat vaikuttavat tutkimuksessa käytettäviin tiedon hankintamenetelmiin sekä siihen, kunnioittaako tutkimus ihmisarvoa. Tutkimusetiikka voidaan määritellä koskemaan pelkästään tieteen alan sisäisiä asioita tai sitä voidaan käyttää määriteltäessä tutkijoiden ammattietiikkaa. Ammattieettisesti näkökulmasta ajateltaessa tutkimusetiikkaan kuuluvat eettiset periaatteet, normit, arvot ja hyveet. (Kuula 2006, 23.)

Tutkimusetiikan normit ammattieettisestä näkökulmasta ovat seuraavat: tutkimusaineiston oikeanlaisella keräämis-, käsittely- ja arkistointitavalla voidaan varmistaa tiedon luotettavuus ja tarkistettavuus. Jos siis myöhemmin halutaan tutustua tehtyyn tutkimukseen, kaikki hankittu ja käytetty materiaali on saatavilla arkistoista. Tutkimukset eivät saa aiheuttaa tutkittavilleen vahinkoa, loukata ihmisoikeuksia tai vaikuttaa tutkittavan itsemääräämisoikeuteen. Lisäksi tutkijoiden tulee kunnioittaa ja huomioida kollegoidensa työt. Tutkimuksen tekoon liittyvät eettiset normit velvoittavat tutkijaa ammatillisesti sitomatta häntä kuitenkaan laillisesti. Normeilla pyritään ohjaamaan tutkimuksen tekoa ja tuomaan esille arvoja, joihin tutkijan tulisi sitoutua. (Kuula 2006, 24, 58.)

Tutkimuksen eettisyys on tärkeää huomioida koko tutkimuksen ajan. Tutkimuksen eettisyys lähtee jo aiheen valinnasta. Aihevalintaa suunniteltaessa on tärkeä tiedostaa kenen ehdoilla tutkimusta tehdään ja kenelle siitä on hyötyä. (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 129.) Suomen Akatemia (2003) on listannut eettisiä käytäntöjä tieteelliseen tutkimukseen. Tutkimuksen tekijöiden on tärkeää suunnitella tutkimus yksityiskohtaisesti. Tutkijat toimivat rehellisesti ja kirjaavat tutkimukseen liittyvät tiedot yksityiskohtaisesti ja huolellisesti. Tutkimistavat ja -menetelmät ovat eettisten periaatteiden mukaisia.

Tutkimuksen eettisyyden kannalta koimme tärkeänä haastateltavien tunnistamattomuuden ja anonymiteetin. Haastattelimme vanhempia yksitellen henkilökohtaisesti. Haastatteluihin keräsimme perheryhmätoiminnan kokemusten lisäksi pohjatietoina vanhempien sukupuolen, iän ja lapsen iän. Emme keränneet nimi- ja osoitetietoja, asumismuotoa tai tarkempia perhetaustoja. Äänitimme haastattelut digitaalisella nauhurilla, jonka jälkeen litteroimme haastattelut. Haastatteluäänitteet ja litteroidut haastattelut hävitimme tietoturvan huomioiden.

Opinnäytetyömme eettisyyteen vaikuttaa myös sosiaalialan ammattieettiset periaatteet. Perheryhmätoimintaan osallistuneilla vanhemmilla oli oikeus osallistua tai kieltäytyä haastattelusta. Haastatteluihin osallistuvilla vanhemmilla oli mahdollisuus tutustua teemahaastattelurunkoon ennen haastattelua. Haastattelun aikana vanhemmilla oli oikeus olla vastaamatta kysymyksiin tai keskeyttää haastattelu. Mäkisen, Raatikaisen, Rahikan ja Saarnion (2009, 186) määrittelemistä sosiaalialan eettisistä periaatteista yksi osa-alue on asiakkaan itsemääräämisoikeus. Asiakkaalla on siis oikeus ja vastuu omasta elämästään, siihen liittyvistä ratkaisuista ja valinnoista.

## 5.6 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuuden yhtenä perusvaatimuksena on, että tutkimukseen on varattu riittävästi aikaa. Lähdekritiikki tukee tiedon luotettavuuden arviointia. Teoria-aineisto ei siis aina ole kelvollista, jolloin tutkimuksen tekijän tulee suhtautua aineistoon kriittisesti niin valinta kuin tulkintavaiheissakin. Lähdekritiikkiä voidaan toteuttaa kyseenalaistamalla teoria-aineistoa esimerkiksi tiedon aitouden, puolueettomuuden, ajankohtaisuuden tai teoksen kirjoittajan taustan näkökulmasta. Kyseenalaistaessa teoria-aineistoa esimerkiksi kirjoittajan taustan näkökulmasta, kirjoittajan tunnettavuus alalla lisää aineiston luotettavuutta. (Hirsjärvi ym. 2007, 109; Mäkinen 2005, 85 - 86; Tuomi ja Sarajärvi 2009, 142.)

Opinnäytetyössämme lähdekritiikkiä toteutettiin kirjoittajan taustan näkökulmasta esimerkiksi Jari Sinkkosen tuottamien lähteiden valinnassa. Sinkkonen on tunnettu lastenpsykiatri, jolloin hänen tuottamiaan lähteitä voidaan pitää lähdekriittisesti tarkasteltuna laadukkaina. Sen sijaan etsiessämme teoria-aineistoa jätimme pois useita teoksia, jotka eivät vaikuttaneet lähdekriittisesti laadukkailta. Lähteinä pyrimme käyttämään myös mahdollisimman tuoreita lähteitä.

Kirjallisten lähteiden lisäksi käytimme opinnäytetyössämme myös Internet-lähteitä. Internet on helppottanut tiedonhankintaa. Kuten kirjalliseenkin aineistoon, myös Internet-lähteisiin tulee suhtautua

kriittisesti. Internetin ollessa vapaa ja kontrolloimaton ympäristö tieto voi olla virheellistä tai vanhentunutta. (Mäkinen 2005, 92 - 94.) Opinnäytetyössämme käytimme lähteinä yleisesti tunnettuja suomalaisia verkkosivustoja, joiden sisältämiä tietoja voimme pitää luotettavina. Luotamme esimerkiksi siihen, että Iisalmen kaupungin verkkosivuilla julkaistut tiedot alueen sosiaali- ja terveystalvveluista ovat ajankohtaisia ja luotettavia.

Opinnäytetyömme tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa teemahaastatteluihin osallistuneiden henkilöiden vähyys. Lisäksi luotettavuuteen vaikuttaa se, että jouduimme poikkeamaan alkuperäisestä ajatuksestamme haastatella pelkästään perheryhmätoimintaan osallistuneita vanhempia. Teemahaastatteluihin osallistuneiden vanhempien vähäisen määrän vuoksi päädyimme laajentamaan haastatteluja myös ryhmänohjaajiin.

## 6 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyömme tuloksia analysoidessamme hyödynsimme aineiston analysointivaiheessa muodostamamme abstrahointitaulukoita. Lisäksi peilasimme aineistoamme Mannerheimin Lastensuojeluliiton valtakunnalliseen kvantitatiiviseen palautekyselytutkimukseen. Tutkimustulosten yhteenvedon elävöittämiseksi ja konkretisoimiseksi käytimme otoksia vanhempien haastatteluista. Ryhmänohjaajien haastatteluista emme nostaneet esiin suoria lainauksia heidän toiveestaan.

Tuloksissa kävi ilmi, että vanhemmilla on reflektiivistä kykyä. Perheryhmätoiminta koettiin myönteisenä. Ryhmänohjaajat ja vanhemmat kokivat, että toiminta oli hyvin suunniteltua ja sopivaa toimintaa ensivanhemmille. Vanhemmat osallistuivat toimintaan aktiivisesti.

### 6.1 Vanhemmuuden kokeminen ja varhainen vuorovaikutus

Opinnäytetyöhömme osallistuneet vanhemmat kokivat itsensä tasapainoisina vanhempina ja kuvailivat omaa toimintaansa selkeästi. Vanhemmat kuvailivat omaa toimintaansa lapsen kanssa leikkisäksi, toisaalta jämäkäksi, sekä omaa rooliaan vanhempana turvallisesti, pitkäpinnaiseksi ja luotettavaksi. Vanhempien mukaan omat voimavarat ovat vanhemmuuden tukena merkityksellisiä. Opinnäytetyöhömme osallistuneet vanhemmat kokivat vanhemmuutensa vahvuuksiksi leikkisyyden, luotettavuuden sekä tasapainoisuuden. Heikkouksikseen vanhemmat kuvasivat perheen ja työn yhteensovittamisen sekä ajankäyttöongelmat.

*Semmonen tasapainonen ja ei oo mittään ongelmia. Eiköhän sillä pääse aika pitkälle.*

*Vaikeeta on työtä ja perhettä yhteen sovittaa. Varmaan meinaa joskus mennä harrastukset eelle.*

Opinnäytetyöhömme osallistuneet vanhemmat kokivat omien vanhempiensa olleen heille turvallisia ja lapsuutensa sujuneen ongelmitta. Vanhemmat kokivat omien vanhempiensa olleen normaaleja, kuria pitäviä kasvattajia. Toinen vanhemmista koki omien vanhempiensa olleen pitkäjänteisiä.

Opinnäytetyöhömme osallistuneiden vanhempien kokemukset omassa lapsuudessa saadun kasvatuksen vaikutuksista oman lapsensa kasvatukseen erosivat toisistaan. Toinen vanhemmista koki, ettei omien vanhempien kasvatuksella ole ollut vaikutusta siihen, kuinka nyt kasvattaa omaa lastaan. Toinen vanhemmista taas koki, että sillä on ollut vaikutusta.

*Onkohan se vaikuttanu, ei varmaan. Ei mulla ainakaan mitään päähänpinttymiä oo.*

*Joo no varmaan tuo pitkäjänteisyys on tullu siitä ainaki ja silleen mutta ehkä halluun ite olla vielä jämäkämpi kun he. Se on varmaan se että rajoja vois vielä enemmänki olla, joskus näinki päin.*

Opinnäytetyöhömme osallistuneiden vanhempien mukaan vuorovaikutus lapsen kanssa suhteessa omaan toimintaan sujui hyvin. He kokivat ajattelevansa asioita lapsen näkökulmasta. Vanhempien

kokemus oli, että kommunikointi lapsen kanssa helpottuu vauva-ajasta lapsen kehittymisen myötä. Lapsen ollessa vauva vanhemmat kokivat osaavansa havainnoida ja tunnistaa vauvansa tarpeita ja tunteita. Haastatteluissa esille nousi yhteisen arjen tärkeys.

*Tulee sillee mietittyä lapsen näkökannasta jotaki että jos sillä on paha mieli, niin mikäköhän sillä on.*

Opinnäytetyömme haastatteluaineiston analyysin tuloksena voimme päätellä, että vanhemmilla on kykyä reflektoida omaa toimintaansa. He pystyivät myös pohtimaan lapsuudessa saamansa kasvatuksen vaikutusta omaan, tämän hetkiseen vanhemmuuteensa. Vanhemmat pystyivät myös tunnistamaan omia voimavarojaan ja heikkouksiaan.

## 6.2 Kokemukset perheryhmätoiminnasta

Ryhmänohjaajat kokivat toiminnan järjestämisen myönteisenä. Aluksi toiminnan aloittaminen oli jännittänyt, ja omat taidot ryhmänohjaajina arveluttivat. Kuitenkin kokoontumiskerrat sujuivat hyvin, ja tunnelma oli hyvä. Perheryhmäohjaajien koulutus aiheeseen liittyen oli kesken kun kokoontumiskerrat alkoivat, mikä osaltaan loi jännitystä ryhmänohjaajille.

Vanhemmat kokivat, että perheryhmätoiminta ei vaikuttanut rooliin vanhempana. Vanhemmat kuvailivat olevansa vanhempina samanlaisia kuin ennen perheryhmätoiminnan alkamista. Heidän mukaansa heidän toimintansa vanhempana ei merkittävästi muuttunut perheryhmätoiminnan seurauksena.

*Ei se silleen muuttunu mutta varmaan sitte silleen positiivisesti on jotaki pientä vaikutusta, mutta ei tietenkään silleen muuttanu.*

Vanhemmat kokivat perheryhmätoiminnan olevan mielekästä perheenä toteutettavaa yhteistä toimintaa. Myös kokoontumiskerroilla olleet tarjoilut ja kotitehtävät olivat mieluisia. Viimeisillä kerroilla vanhemmat kokivat, että samoja aiheita toistettiin.

*Se oli tosi mukava kokemus. Aluksi mietitytti tietysti että minkälainen tämä (perheryhmätoiminta) on, mutta sitten silleen tosi kiva ja mukavahan tuolla oli käyä. Parin viikon välein ku oli niin se oli sopiva, ei liian usein. Semmonen tähän vauva-arkeen sopiva. Semmonen mukava yhteinen harrastus.*

Opinnäytetyöhömme osallistuneet vanhemmat kertoivat pitävänsä yhteyttä perheryhmätoiminnan päätyttyä toisiin perheryhmätoimintaan osallistuneisiin perheisiin. Vanhemmat kokivat vertaistuen myönteisenä ja saaneensa sitä perheryhmätoiminnasta. Erilaisista aiheista ryhmässä keskustellessa vanhemmat tunsivat kiitollisuutta oman perheensä hyvästä tilanteesta. Vanhempien mukaan perheryhmätoiminnasta saivat enemmän tukea perheet, joissa on tuen tarvetta tai ongelmia.

*Kun ne kysymykset oli välillä semmosia että varmaan osa oli sitte semmosille niinku kenellä on jotaki ongelmia. Jos vaikka ois joku ongelmaperhe niin sillen saattas olla enemmän hyötyä.*



Vanhempien mukaan toiminta oli mielekästä ja ryhmänohjaajien käsitys vanhempien kokemuksesta toimintaan osallistumisesta oli yhteneväinen. Vanhemmat kokivat perheryhmätoiminnan vahvistaneen jo olemassa olevia vanhemmuuden taitoja lapsen tarpeiden ja tunteiden tunnistamisessa. He kokivat taitojen olevan hallussa jo ennestään, kun taas ryhmänohjaajat näkemys oli, että vanhemmat kehittyivät perheryhmätoiminnan aikana.

Ryhmänohjaajat kokivat, että vanhempien kyky ymmärtää lasta ja lapsen tarpeita kehittyi. Vanhempien näkemys oli, että taidot olivat jo hallussa ennen perheryhmätoiminnan alkamista. Näkemysriittäan voi vaikuttaa opinnäytetyöhömmme osallistuneiden vanhempien määrä sekä se, että omaa kehitystään voi olla vaikea havainnoida.

Opinnäytetyöhömmme osallistuneiden vanhempien teemahaastatteluista ei noussut esille erityistä aihetta, josta olisi syntynyt paljon keskustelua. Kuitenkin ohjaajien näkemyksen mukaan vanhempien oma lapsuus oli herättänyt paljon keskustelua. Ajatusten herättelijänä perheryhmätoiminnassa toimivat kotitehtävät, jotka vanhemmat kokivat myönteisinä.

Ryhmänohjaajien näkemys oli, että perheryhmätoimintaan osallistuminen oli myönteinen kokemus isille. Myös vanhempien haastatteluissa kävi ilmi, että perheryhmätoiminta oli mieleinen harrastus myös isille. Isä kuitenkin koki perheryhmätoiminnan antaneen enemmän äideille.

*Onkohan ne naiset tai äitit sitten enemmän semmosia että ne haluaa sitä vertaistukea, voi olla.*

Ryhmänohjaajat kokivat, että vanhemmat osallistuivat toimintaan aidosti. Erityisesti vanhempien oman lapsuuden peilaaminen herätti vanhemmilla vilkasta keskustelua. Ohjaajien kokemus oli että vanhemmuuteen liittyvä tietotaito kasvoi ja kehittyi. Vanhemmat avautuivat ryhmäkertojen aikana keskustelemaan avoimemmin ja olivat ryhmäkertojen edetessä aktiivisempia kuin ensimmäisillä kerroilla. Lisäksi vanhemmat sitoutuivat toimintaan osallistumiseen hyvin, sillä poissaoloja oli vain yksittäisiä. Ryhmä siis pysyi kasassa 12 ryhmäkerran ajan. Ryhmänohjaajat kokivat että aktiivisuus ryhmään osallistumiseen kertoi vanhempien myönteisyydestä ryhmää kohtaan.

## 7 POHDINTA

Opinnäytetyön toteuttaminen oli monivaiheinen ja pitkä prosessi, joka käynnistyi keväällä 2013 ideapaperin työstämisestä. Työn toteuttaminen ideasta valmiiksi opinnäytetyöksi tarvitsi ennen kaikkea aikaa ja monia eri työvaiheita ideapaperista työsuunnitelmaan, ja siitä taas opinnäytetyöksi erinäisine raakaversioineen. Yhteisen työstämisaajan löytäminen ja opinnäytetyön sovittaminen perhe-elämään oli haastavaa.

Opinnäytetyömme tulosten luotettavuuteen vaikuttaa haastatteluaineiston vähyys. Tavoitteenamme oli toteuttaa kuusi haastattelua, mutta haastatteluun osallistui vain kaksi vanhempaa. Haastatteluihin osallistuneiden vanhempien vähäiseen määrään on voinut vaikuttaa se, että haastattelut toteutettiin noin kuukausi perheryhmätoiminnan päätyttyä. Tuolloin osa perheryhmätoimintaan osallistuneista perheistä on voinut kokea suuria elämänmuutoksia, esimerkiksi muuton toiselle paikkakunnalle tai perheryhmätoimintaan osallistuminen oli saattanut jo hieman unohtua. Toisaalta kun perheryhmätoimintaan osallistumisesta oli jo aikaa, vanhemmat olisivat voineet kokea uusia huomioita arjestaan perheryhmätoiminnan päättymisen jälkeen. Reflektioprosessin alkaminen voi viedä aikaa ja jos vanhemmilla heräsi ajatuksia ja reflektiota vasta perheryhmätoiminnan aikana tai viimeisillä kerroilla, vanhempien kyky kuvailla toimintaansa olisi voinut selkiytyä vasta kun perheryhmätoiminnan päättymisestä on kulunut aikaa.

Pohdimme erilaisia vaihtoehtoja aineiston laajentamiseksi. Pohdinnan seurauksena päädyimme haastattelemaan Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän kahta työntekijää, jotka olivat toimineet perheryhmätoiminnan ryhmänohjaajina. Kyseiset työntekijät olivat olleet ryhmänohjaajina kyseisessä perheryhmässä, johon vanhemmat olivat osallistuneet. Haastattelimme kahta ryhmänohjaajaa tavoitteenamme tuoda esiin heidän näkemyksensä vanhempien kokemuksista sekä saadaksemme tuloksiin luotettavuutta haastatteluaineistoa lisäämällä.

Vaikka toteutettujen haastattelujen pohjalta litteroitua aineistoa kertyi runsaasti koimme, ettei osasta ollut tutkimuksemme kannalta oleellista. Tähän voi osaltaan vaikuttaa teemahaastattelurungon puutteellisuus sekä opinnäytetyön aineistonkeruuvaiheessa meillä olleet puutteelliset haastattelutaidot. Haastattelutilanteissa emme saaneet riittävän paljon syvennettyä vastauksia, joten haastatteluaineisto jäi melko pinnalliseksi ja ajoittain keskustelu ajautui tutkimuksemme kannalta epäoleellisille linjoille. Haasteena teemahaastattelurungon laatimisessa oli se, ettei meillä tuolloin ollut käytettävissämme Vahvuutta vanhemmuuteen- perheryhmätoiminnan ohjaajille suunnattua opasta. Emme siis esimerkiksi tienneet, mitä aiheita milläkin tapaamiskerralla käsitellään tai minkälaisia kotitehtäviä mihinkin tapaamiskertaan liittyy.

Haastatteluaineiston laajuuteen vaikuttavia tekijöitä ovat voineet olla myös tilaratkaisut ja ajankohdat. Lisäksi olimme tuntemattomia haastateltaville, jolloin luottamuksella omista kokemuksista kertominen voi olla luonnotonta ja vaikeaa. Olisimme voineet luoda haastattelutilanteista luontevampia esimerkiksi esittäytymällä ryhmälle viimeisillä tapaamiskerroilla ja esitellä tutkimuksemme ja ideamme haastatteluista. Tällöin haastattelutilanne olisi voinut olla luontevampi.

Opinnäytetyöprosessin aikana ammatillinen osaamisemme kehittyi. Vanhemmuuteen ja lapsen varhaisiin elinvuosiin liittyviin teoretietoon tutustuessamme ymmärryksemme ihmisen ensimmäisten elinvuosien merkityksestä kasvoi. Lapsuus ei ole vain ohimenevä vaihe ihmisen kehityksessä, vaan jokainen päivä viikko ja kuukausi ovat merkityksellisiä. Koemme myös saaneemme oppia tutkimuksen tekemiseen sekä ymmärrystä sen haasteellisuudesta.

Opinnäytetyömme tuotti niukasti tietoa toimeksiantajallemme. Koemme kuitenkin saadun tiedon olleen Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmätoiminnan jatkoon kannalta positiivista. Vanhemmat kokivat perheryhmätoiminnan hyvänä lisänä perhevalmennukselle ja kokivat sen olevan mielekästä, vertaistukea ensivanhemmille antavaa toimintaan.

Jatkotutkimukselle olisi aiheeseen liittyen mahdollisuuksia. Opinnäytetöitä voisi toteuttaa esimerkiksi tutkimalla perheryhmätoimintaa alueellisesti kvantitatiivisena tutkimuksena, tai toteuttaa toisen kvalitatiivisen tutkimuksen uudesta perheryhmästä Iisalmen alueella. Lisäksi aiheeseen liittyen voisi toteuttaa tutkimuksia eri näkökulmista, esimerkiksi kuinka perheryhmäohjaajat kokivat toiminnan toteuttamisen ja aiheeseen perehdyttävän koulutuksen.

Vanhemmuutta tuetaan useiden eri tahojen toimesta ja eri tavoin. Vahvuutta vanhemmuuteen - perheryhmätoiminta on yksi vanhemmuuden tukemisen muoto vertaisryhmän muodossa. Vanhemmuuteen liittyvistä haasteista ja esimerkiksi synnytyksen jälkeisestä masennuksesta puhutaan nykyään avoimemmin kuin aikaisemmin. Varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä korostetaan aikaisempaa enemmän uusien tutkimustulosten myötä. On siis huomattu, että ensimmäiset elinvuodet vaikuttavat läpi elämän. Lasten ja lapsiperheiden kanssa toimiville työntekijöille on myös kehitetty yhä enemmän keinoja tunnistaa perheiden ilmiöitä. Kun ammattihenkilöstöllä on herkkyyttä tunnistaa vanhempien ja perheiden tarpeita, löytyy sopiva tuen muoto.

Varhainen vuorovaikutus luo siis perustan muiden, myöhempien ihmissuhteiden kehittymiselle. Se, kuinka johdonmukaisesti lasta hoitavat aikuiset vastaavat lapsen sosiaalisiin ja emotionaalisiin tarpeisiinsa vaikuttaa voimakkaasti lapsen tunne-elämän kehitykseen. Vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa lapsi oppii tunnistamaan omia tarpeitaan ja tunteitaan, sekä reagoimaan niihin sopivalla tavalla. Lapsen ja aikuisen välisen varhaisen vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa lapsen psyykkiseen terveyteen. Vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa olennaisesti myös sosiaalisen ja emotionaalisen kehityksen ohella myös lapsen kognitiiviseen ja kielelliseen kehitykseen. Varhaisen vuorovaikutuksen ohella kiintymyssuhde on yksi merkittävimmistä ihmisen elämän ihmissuhteista. Jotta kiintymyssuhde voi muodostua, tarvitaan varhaista vuorovaikutusta. (Hermanson 2007, 85; Ivanoff ym. 2001, 36 - 37; MLL 2012, 8.)

## LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

- AHLQVIST-BJÖRKROTH, Sari 2007. Psyykkisen hyvinvoinnin perusta – tunne-elämän ja ajattelun rakentuminen 0–7-vuotiaana. Julkaisussa ARMANTO, Annukka ja KOISTINEN, Paula (toim.). Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 127 - 139.
- ALASUUTARI, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.
- FOLKHÄLSAN 2012. Vahvuutta vanhemmuuteen -ohjelma tukee tuoreita vanhempia [verkkojulkaisu]. Folkhälsan [viitattu 2013-10-31]. Saatavissa:  
<http://www.folkhalsan.fi/fi/startside/Toimintamme/Lapset--perhe/Perhesuhteet/Vanhemmuus/>
- EINON, Dorothy 2001. Lapsen hoito ja kehitys. Terve, tyytyväinen ja tasapainoinen lapsi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- HAATAJA, Minna 2011. Hyvä syntymä. Kirja odottavalle äidille. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- HAUTAMÄKI, Airi 2002. Kiintymyssuhdeteoria – Teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle. Julkaisussa: SINKKONEN, Jari ja KALLAND, Mirjam (toim.). Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY, 13 - 66.
- HERMANSON, Elina 2007. Lapsiperheen oma kirja. Terveys syntymästä kouluikään. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Duodecim.
- HIRSJÄRVI, Sirkka ja HURME, Helena 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press Oy.
- HIRSJÄRVI, Sirkka, REMES, Pirkko ja SAJAVAARA, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- HS 2013. Laiminlyöty pikkulapsi saattaa jäädä pysyvästi kehitysvammaisen tasolle. [verkkojulkaisu]. Helsingin Sanomat. [viitattu 2014-01-20.] Saatavissa:  
<http://www.hs.fi/kotimaa/Laiminly%C3%B6ty+pikkulapsi+saattaa+j%C3%A4%C3%A4d%C3%A4+pysyv%C3%A4sti+kehitysvammaisen+tasolle/a1305636583000>
- HYVÄRINEN, Salla 2007. Vanhemmuus ja parisuhde pikkulapsiperheessä. Julkaisussa ARMANTO, Annukka ja KOISTINEN, Paula (toim.). Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 354 - 361.
- IISALMEN KAUPUNKI 2014. Sosiaali- ja terveystalvet [verkkosivu]. Iisalmen kaupunki [viitattu 2014-09-09]. Saatavissa:  
<http://iisalmi.fi/Suomeksi/Palvelut/Sosiaali--ja-terveystalvet>
- IVANOFF, Päivi, RISKU, Aija, KITINOJA, Helli, VUORI, Anne ja PALO, Raija 2001. Hoidatko minua? Lapsen, nuoren ja perheen hoitotyö. Helsinki: WSOY.
- JARASTO, Pirkko ja SINERVO, Nina 1997. Alle kouluikäisen lapsen maailma. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- JÄRVINEN, Ritva, LANKINEN, Aila, TAAJAMO, Terhi, VEISTILÄ, Minna ja VIROLAINEN, Arja 2010. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita.
- KANNAS, Tuula 2007. Terveystalvet lähtökohtia raskauden aikana. Julkaisussa ARMANTO, Annukka ja KOISTINEN, Paula (toim.). Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 55 - 63.
- KARLING, Marjo, OJANEN, Tuija, SIVÈN, Tuula, VIHUNEN, Riitta ja VILÈN, Marika 2009. Lapsen aika. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- KIVIJÄRVI, Marja 2003. Äidin sensitiivisyys varhaisessa vuorovaikutuksessa. Julkaisussa NIEMELÄ, Pirkko, SILTALA, Pirkko ja TAMMINEN, Tuula (toim.). Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY, 252 - 260.

- KUULA, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Gummerus.
- LARMO, Anneli 2010. Mentalisaatio – kyky pitää mieli mielessä. Duodecim.
- LEHTIMAJA, Irma 2007. Lapsen kasvatus. Julkaisussa ARMANTO, Annukka ja KOISTINEN, Paula (toim.). Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 235 - 240.
- METSÄMUURONEN, Jari 2006a. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Julkaisussa METSÄMUURONEN, Jari (toim.). Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: International Methelp Ky, 79 - 148.
- METSÄMUURONEN, Jari 2006b. Metodologian perusteet ihmistieteissä. Julkaisussa METSÄMUURONEN, Jari (toim.). Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: International Methelp Ky, 15 - 78.
- MLL 2012. Vahvuutta vanhemmuuteen. Perheryhmän ohjaajan opas. Luonnosversio 3.
- MLL 2013. Vahvuutta vanhemmuuteen [verkkosivu]. Mannerheimin lastensuojeluliitto [viitattu 2013-10-01]. Saatavissa:  
<http://jarvi-suomenpiiri.mll.fi/toiminta/hankkeet/vahvuutta-vanhemmuuteen/>
- MLL 2014. Tietoa MLL:sta [verkkosivu]. Mannerheimin lastensuojeluliitto [viitattu 2014-10-12]. Saatavissa: <http://www.mll.fi/mll/>
- MÄKINEN, Olli 2005. Tieteellisen kirjoittamisen ABC. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- MÄKINEN, Päivi, RAATIKAINEN, Eija, RAHIKKA, Anne ja SAARNIO, Tuula 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOY pro Oy.
- PAJULO, Marjukka 2004. Vauvan tunnetila ja sen säätely. Äidin reflektiivinen kyky ja sen merkitys kiintymyssuhteessa. Duodecim.
- PAJULO, Marjukka ja PYYKKÖNEN, Nina. 2011. Mentalisaatiokyky varhaisessa vanhemmuudessa. Julkaisussa SINKKONEN, Jari ja KALLAND, Mirjam (toim.). Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro, 66 - 86.
- PUNAMÄKI, Raija-Leena 2001. Kiintymyssuhteen ja traumaattisen kokemuksen yhteys. Julkaisussa SINKKONEN, Jari ja KALLAND, Mirjam (toim.). Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY, 174 - 197.
- PUNAMÄKI, Raija-Leena 2011. Vanhemmuuteen siirtyminen: raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Julkaisussa SINKKONEN, Jari ja KALLAND, Mirjam (toim.). Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro, 87 - 103.
- RÖNKKÖ, Leena ja RYTKÖNEN, Timo 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro Oy.
- SILTALA, Pirkko 2003. Varhainen vuorovaikutus kokemuksen ja tutkimuksen valossa. Julkaisussa NIEMELÄ, Pirkko, SILTALA, Pirkko ja TAMMINEN, Tuula (toim.). Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY, 16 - 43.
- SINKKONEN, Jari 2003. Lapsen kiintymyssuhteen syntyminen ja sen häiriöt. Julkaisussa NIEMELÄ, Pirkko, SILTALA, Pirkko ja TAMMINEN, Tuula (toim.). Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Helsinki: WSOY, 92 - 106.
- SINKKONEN, Jari 2012. Isäksi ensi kertaa. Helsinki: WSOY.
- SUOMEN AKATEMIA 2003. Suomen akatemian tutkimuseettiset ohjeet [verkkojulkaisu]. Suomen akademia [viitattu 2013-10-03]. Saatavissa:  
<http://www.aka.fi/Tiedostot/Tiedostot/Julkaisut/Suomen%20Akatemian%20eettiset%20ohjeet%2003.pdf>
- TAMMINEN, Tuula 2004. Olipa kerran lapsuus. Helsinki: WSOY.

TUOMI, Jouni ja SARAJÄRVI, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

VIINIKKA, Anne 2012. Vahvuutta vanhemmuuteen (VV) -seminaari 11.10.2012 [verkkajulkaisu]. Mannerheimin lastensuojeluliitto [viitattu 2013-10-31]. Saatavissa:

[http://uudenmaanpiiri-mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/c0421103d142048851f4c936e6c4d145/1383207091/application/pdf/254094/Viini kka%20Perheryhm%C3%A4malli.pdf](http://uudenmaanpiiri-mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/c0421103d142048851f4c936e6c4d145/1383207091/application/pdf/254094/Viini%20Perheryhm%C3%A4malli.pdf)

VILÉN, Marika, VIHUNEN, Riitta, VARTIAINEN, Jari, SIVÉN, Tuula, NEUVONEN, Sohvi ja KURVINEN, Auli 2006. Lapsuus – erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

YLÄ-SAVON SOTE KUNTAYHTYMÄ 2014. Etusivu [verkkosivu]. Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä [viitattu 2014-09-09]. Saatavissa: <http://www.ylasavonsote.fi/index.asp>

## LIITE 1: SAATEKIRJE VAHVUUTTA VANHEMMUUTEEN -PERHERYHMÄTOIMINTAAN OSALLISTUNEILLE VANHEMMILLE

Hei Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaan osallistuneet vanhemmat!

Olemme kolmannen vuoden sosionomiopiskelijoita Savonia ammattikorkeakoulusta. Erikoistumme varhaiskasvatukseen. Kuultuamme Vahvuutta vanhemmuuteen -perheryhmätoimintaa järjestettävän Ylä-Savon alueella, kiinnostuimme tutkimaan opinnäytetyön muodossa, millaisia kokemuksia Teillä, perheryhmiin osallistuneilla vanhemmilla toiminnasta on. Toteutamme opinnäytetyömme yhteistyössä toimeksiantajamme Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän kanssa.

Toivomme, että osallistuisitte opinnäytetyöhömmme tuomalla esiin mielipiteitänne ja kokemuksianne vanhemmuudesta ja perheryhmätoiminnasta. Mielipiteenne ja kokemuksenne ovat tärkeitä toiminnan kehittämisen ja jatkumisen kannalta. Käytännössä tutkimukseen osallistuminen tarkoittaa sitä, että pääsisimme haastattelemaan Teitä. Voimme sopia Teille sopivan ajan ja paikan.

Tutkimuksessamme koemme erittäin tärkeäksi osallistuvien vanhempien anonymiteetin. Emme kerää Teiltä nimiä tai muita tunnistetietoja. Tutkimuksen kysymykset koostuvat siis vain tutkimuksen kannalta oleellisista kysymyksistä. Lisäksi käsittelemme saamamme aineiston siten, ettei vastaajia voida tunnistaa.

Opinnäytetyöhömmme kokoamme saaduista vastauksista yhteenvedon ja liitämme mukaan teorianetoa ryhmätoimintaan ja vanhemmuuteen liittyen. Valmiin opinnäytetyömme julkaisemme Savonia ammattikorkeakoulun Iisalmen kampuksella.

Toivomme vastaustanne opinnäytetyöhömmme osallistumisesta mahdollisimman pian. Voitte myös liittää jo mahdollisia Teille sopivia haastatteluajakoja, jotta voimme sopia haastatteluajankohdan. Vastaamme mielellämme kaikkiin opinnäytetyöhömmme liittyviin kysymyksiin.

Kiitos vastauksistanne jo etukäteen!

Keväisin terveisin

Anja Heinonen

Mari Kettunen

## LIITE 2: TEEMAHAASTATTELURUNKO VANHEMMILLE

1. Taustatiedot (vauvan ikä ja vastaajana äiti vai isä).
2. Kuvaile itseäsi vanhempana.
3. Millainen vanhempi haluat olla?
4. Millaisia kasvattajia omat vanhempasi olivat sinulle? Miten suhteesi vanhempiisi lapsuutesi aikana näkyy vanhempana olossa?
5. Millaisia vahvuuksia ja heikkouksia sinulla on vanhempana?
6. Osallistuitte Vahvuutta vanhemmuuteen perheryhmään.
  - 6.1 Millainen kokemus perheryhmätoiminta oli sinulle?
  - 6.2 Millaisia ajatuksia perheryhmätoiminta herätti? (vanhemmuudesta, vauva-ajasta, varhaisesta vuorovaikutuksesta)
  - 6.3 Millaisia asioita perheryhmätoiminta antoi sinulle? Antoiko perheryhmätoiminta tukea vanhemmuuteesi? Antoiko ryhmätoiminta tukea erityisesti johonkin tiettyyn osa-alueeseen vanhemmuudessasi, vauva-arjessa?
  - 6.4 Miten perheryhmätoiminta vaikutti 1. Sinun vanhemmuuteesi? 2. Perheeseesi?
  - 6.5 Muuttiko perheryhmätoiminta toimintaasi lapsenne kanssa? Jos muutti, miten?
  - 6.6 Miten koet perheryhmätoiminnan vaikuttaneen sinun ja lapsenne väliseen suhteeseen?
  - 6.7 Miten koet perheryhmätoiminnan vaikuttaneen taitoosi tunnistaa lapsesi tarpeita ja tunnetiloja?
  - 6.8 Koetko saaneesi vertaistukea perheryhmätoiminnasta?
  - 6.9 Miten koet perheryhmätoiminnan vaikuttavan sinuun nyt ryhmätoiminnan päätyttyä?



## LIITE 3: TEEMAHAASTATTELURUNKO RYHMÄNOHJAAJILLE

1. Millainen kokemus perheryhmätoiminnan vetäminen oli sinulle ryhmänohjaajana? Kuinka koit vanhempien osallistuvan toimintaan? Toteutuiko vanhempien osallisuus?
2. Millaisia ajatuksia perheryhmätoiminta mielestänne vanhemmissa herätti? Minkälaisista asioista synti paljon keskustelua, mistä olisi voinut keskustella enemmänkin?
3. Millaisia asioita perheryhmätoiminta mielestäsi antoi vanhemmille? Antoiko perheryhmätoiminta tukea osallistuneiden vanhemmuuteen? Antoiko perheryhmätoiminta mielestäsi tukea erityisesti johonkin tiettyyn osa-alueeseen vanhemmuudessa tai vauva-arjessa?
4. Miten koet perheryhmätoiminnan vaikuttaneen osallistuneiden vanhemmuuteen, perheeseen?
5. Muuttiko perheryhmätoiminta osallistujien toimintaa lapsensa kanssa? Jos muutti, miten? Näkyikö kehitystä/edistystä jollain osa-alueella?
6. Miten koet perheryhmätoiminnan vaikuttaneen osallistujien vanhemman ja lapsen väliseen suhteeseen ja vuorovaikutukseen?
7. Koetko perheryhmätoiminnan vaikuttaneen vanhemman taitoon tunnistaa lapsensa tarpeita ja erilaisia tunnetiloja? Jos koet vaikuttaneen, mikä perheryhmätoiminnan osa-alue mahdollisesti vaikutti?
8. Koetko ryhmäläisten saaneen vertaistukea perheryhmätoiminnasta?
9. Koetko ryhmätoiminnan vaikuttavan osallistujiin nyt perheryhmätoiminnan päätyttyä?
10. Koetko ryhmänohjaajan sukupuolen vaikuttaneen perheryhmän toimintaan? Olisiko ryhmänohjaajan sukupuolella ollut merkitystä ryhmän toiminnan kannalta?
11. Osallistuivatko äidit ja isät mielestänne yhtä aktiivisesti ja innokkaasti perheryhmätoimintaan? Jos eivät, miksi?
12. Muita ryhmästä mieleenpainuneita asioita?

LIITE 4: AINEISTON ABSTRAHOINTITÄULUKKO VANHEMMUUDEN KOKEMISESTA JA VUOROVAIKUTUKSESTA

Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä tekijä
Tasapainoinen Normaali Samanlainen kuin ennen Turvallinen Jämäkkä Leikkisä Voimavarat tukevat Pitkä pinna Luotettava	Vanhemmuuden kokeminen	Kyky reflektoida toimintaa
Ajattelua lapsen kannalta Lapsen näkökulma Oman lapsen havainnointi Yhteisen arjen tärkeys Lapsen tunteiden tunnistaminen Kommunikointi lapsen kanssa helpottuu lapsen kehittyessä	Vuorovaikutus lapsen kanssa	

## LIITE 5: AINEISTON ABSTRAHOINTITÄULUKKO TOIMINTAAN OSALLISTUMISESTA

Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä tekijä
<p>Vanhemmuus ennallaan</p> <p>Ryhmä ei muuttanut toimintaa</p> <p>Mukava yhteinen harrastus</p> <p>Hyvät tarjoilut</p> <p>Kotitehtävät kivoja</p> <p>Lopussa saman toistoa</p> <p>Vertaistuki</p> <p>Oman tilanteen näkeminen</p> <p>positiivisena</p> <p>Ongelmaperhe hyötty</p>	<p>Vanhempien kokemus</p> <p>perheryhmätoimintaan</p> <p>osallistumisesta</p>	<p>Myönteinen kokemus</p>
<p>Lapsuuden kokemusten</p> <p>peilaaminen herätti keskustelua</p> <p>Lapsen tarpeiden tunnistaminen</p> <p>vahvistui</p> <p>Lapsen ymmärtäminen kasvoi</p> <p>Isien kokemus myönteinen</p> <p>Vanhemmat aidosti mukana</p> <p>Kotitehtävät ajatustenherättelijänä</p>	<p>Ryhmänohjaajien käsitys</p> <p>vanhempien kokemuksesta</p> <p>perheryhmätoimintaan</p> <p>osallistumisesta</p>	

